

## 5 أماكن تجنب أن تضع هاتفك الذكي فيها



الجمعة 17 مايو 2019 12:05 م

نشرت مجلة "سانتي ماغازين" الفرنسية تقريرا عرضت فيه خمسة أماكن ينصح بتجنب وضع الهاتف الذكي فيها، خاصة أنه غالبا ما تحمل شاشات الهواتف الذكية أنواعا مختلفة من البكتيريا

وقالت المجلة، في هذا التقرير، إنه يجب إبعاد شاشات الهواتف الذكية عن الجلد، وعدم تقريب هذا الجهاز كثيرا من الوجه، وتجنب وضعه في الحمامات أو تحت الوسادة قبل النوم

ووفقا لخبراء مختصين في التكنولوجيا الجديدة، فإن نسبة مستخدمي الهواتف الذكية في العالم ستبلغ قرابة 80 بالمئة بحلول سنة 2020.

ويبدو أن هذه الأجهزة، التي لا تفارق أيدينا، أصبحت تمثل امتدادا لأجسامنا وعقولنا ونحن دائما ما نقضي معظم الوقت في الاتصال بهواتفنا الذكية، ولكن غالبا ما نضعها في أماكن غير مناسبة

وذكرت المجلة، أولا، أن الوكالة الدولية لبحوث السرطان التابعة لمنظمة الصحة العالمية تصنف المجالات الكهرومغناطيسية التي تنتج عن الهواتف المحمولة ضمن قائمة المواد المسرطنة المحتملة

ووضع الهاتف الذكي في حقيبة اليد عوضا عن جيب السروال يحد من خطر الإصابة باضطرابات الخصوبة ووفقا لمجلة "ريدز دايجست" الأمريكية، فإن الجلوس مع هاتف في جيب السروال يمكن أن يسبب آلاما في الظهر

ونوهت المجلة، ثانيا، بأنه لا يجب وضع الهاتف في حمالة الصدر وعلى الرغم من أنه لم تثبت أي دراسة رسمية المخاطر التي تنطوي على ذلك، إلا أن بعض الأبحاث تحدثت عن إمكانية أن يتسبب وضع الهاتف الجوال في حمالة الصدر في زيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي

ومن بين الأسباب الأخرى لتجنب وضع الهاتف في حمالة الصدر هو إمكانية تتسبب البكتيريا المنتشرة على شاشة الهاتف الذكي في تهيج البشرة

وشددت المجلة، ثالثا، على ضرورة تجنب وضع الهاتف الجوال تحت وسادة النوم نظرا لأن ذلك يزيد من حرارة الهاتف مما يزيد من احتمال احتراقه خاصة إذا كان موصولا بالشاحن

ومن المعروف أن الضوء الأزرق يمكن أن يتسبب في اضطراب في النوم، فالموجات المنبعثة من الهاتف الذكي هي نفسها التي تنبعث من الميكروويف وللحد من مخاطره، ضع هاتفك في وضع الطيران، أو أتركه خارج غرفة النوم

وأشارت المجلة، رابعا، إلى خطورة استعمال الهاتف على مقربة من الوجه وإذا أردت الحصول على بشرة جميلة، فأول ما عليك فعله هو استعمال سماعات الأذن والحفاظ على مسافة فاصلة بين الوجه والهاتف، لأن البكتيريا المنتشرة على شاشات الهواتف الذكية يمكن أن تعزز، في حالة ملامستها للوجه، من خطورة الإصابة بحب الشباب وتهيج البشرة، وحتى التجاعيد، وذلك وفقا لتقرير نشرته مجلة "ريدز دايجست" الأمريكية

وأوردت المجلة، خامسا، أن الحمامات من بين الأماكن التي لا يجب وضع الهاتف الذكي فيها ووفقا لدراسة نشرتها مجلة "أبلايد أند إنفايرمانتل مايكروبايولوجي" العلمية، فإن أي جهاز يبتعد أقل من متر عن الماء يمكن أن تنتقل إليه البكتيريا أو الفيروسات المنتشرة في الهواء داخل الحمام قبل أن تجد طريقها إلى سطح الهاتف

